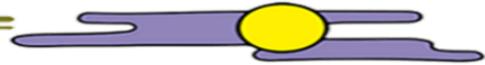




献立表



2024年9月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
2月	昼食	ごはん 鯖のごま焼き 五目煮 小松菜のゆかり和え なすの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、ごま、ごま油 砂糖	さば(0歳児クラスはたい) 鶏肉、大豆 みそ、うすあげ	だいこん、にんじん こまつな、キャベツ、コーン たまねぎ、なす、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、おろししょうが だし汁、しょうゆ、みりん ゆかり だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★栗とさつまいものケーキ	ホットケーキミックス、さつまいも、砂糖、くり、バター	牛乳 卵、豆乳		
3火	昼食	ごはん チャブチェ ちくわの磯辺揚げ キャベツのごまマヨあえ 中華スープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖、ごま油 ごま油 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)、ごま、砂糖	牛肉 ちくわ 木綿豆腐	たまねぎ、こまつな、にんじん あおのり キャベツ、きゅうり、にんじん はくさい、だいこん、しめじ、ねぎ バナナ	しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 みかんヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	みかん缶	
4水	昼食	ごはん 鶏肉のから揚げ ジャーマンポテト グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、油 じゃがいも、油 砂糖	鶏もも肉 ウインナー 木綿豆腐、みそ	たまねぎ、にんじん キャベツ、ブロッコリー、コーン にんじん、はくさい オレンジ	しょうゆ、おろししょうが 中華だし 酢、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	砂糖、上新粉、油、片栗粉	牛乳 絹豆腐		ココアパウダー、ベーキングパウダー
5木	昼食	ごはん 鯖の磯辺揚げ ひじきの煮物 ★ほうれん草の和風サラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、油 砂糖 和風ドレッシング、砂糖	さわら 大豆、うすあげ ベーコン みそ	あおのり だいこん、にんじん、ひじき ほうれん草、もやし、コーン たまねぎ、かぼちゃ、えのき、わかめ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、油	牛乳		塩
6金	昼食	ごはん 鮭の柚子みそ焼き 高野豆腐の煮物 切り干し大根の梅和え 白菜のすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	さけ、みそ 高野豆腐	ゆず たまねぎ、にんじん、ねぎ こまつな、にんじん、切り干しだいこん、うめびしお はくさい、たまねぎ、しめじ グレープフルーツ(0・1歳児クラスはバナナ)	みりん、しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩 みりん、しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
7土	昼食	豆乳ごまみそラーメン じゃがいものチーズ焼き 小松菜のお浸し フルーツ	中華めん、ごま じゃがいも、マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)	豆乳、豚肉、みそ チーズ 糸かつお	はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン もやし、こまつな	中華だし しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
9月	昼食	ごはん 鯖の竜田揚げ 大根のおかか焼き ほうれん草の白和え じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、油 砂糖、ごま じゃがいも	さわら 糸かつお 木綿豆腐 みそ、うすあげ	だいこん ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、えのき、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん、おろししょうが しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 キャラットケーキ	ホットケーキミックス、バター、砂糖	牛乳 卵	にんじんジュース、マーマレード	
10火	昼食	秋野菜のキーマカレー ツナとしめじのオムレツ ブロッコリーのマヨサラダ ぶどうゼリー	米 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)	鶏ひき肉、豆乳 卵、ツナ缶	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、なす たまねぎ、しめじ ブロッコリー、キャベツ、にんじん ぶどうゼリー	カレールウ ケチャップ、中華だし 塩
	午後おやつ	牛乳 フルーツポンチ		牛乳	みかん缶、パイナップル缶、バナナ、マスカット	サイダー
11水	昼食	ごはん のり塩チキン ほうれん草のパスタ パンプキンサラダ コンソメスープ フルーツ	米 片栗粉、砂糖 スパゲティ、砂糖、油 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)、砂糖	鶏もも肉 ベーコン 木綿豆腐	あおのり ほうれん草、たまねぎ、コーン かぼちゃ、きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん なし(0~2歳児クラスはバナナ)	酒、塩、おろししょうが しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 カルピスマフィン	ホットケーキミックス	牛乳 絹豆腐、カルピス		

12 木	昼食	ごはん 鮭の韓国風焼き 大根の中華風煮物 きゅうりともやし中華和え ほうれん草のスープ フルーツ	米 ごま油、ごま 砂糖、ごま油 ごま、砂糖 じゃがいも	さけ	のり だいこん、にんじん、白ねぎ もやし、キャベツ、きゅうり たまねぎ、ほうれん草、にんじん バナナ	みりん、しょうゆ しょうゆ、中華だし しょうゆ、酢、中華だし 中華だし
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩
13 金	昼食	ごはん 鮭のパン粉焼き キャベツのソテー 大豆入りマセドアンサラダ たまごスープ フルーツ	米 パン粉、油 油、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） ごま油	さけ 大豆 卵	こまつな、キャベツ、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、ねぎ、しいたけ オレンジ	塩、パセリ粉 しょうゆ 塩 酒、中華だし、塩
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（クリーム）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳		ドライイースト、塩
14 土	昼食	チキンライス さつまいものグリル ポパイサラダ しめじのスープ フルーツ	米 さつまいも マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏肉 ツナ缶	たまねぎ、にんじん、グリーンピース ほうれん草、コーン たまねぎ、しめじ	ケチャップ、コンソメ 塩 コンソメ、パセリ粉
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
17 火 (おんチデー)	昼食	ごはん お月見ハンバーグ マッシュポテト ★ブロッコリーと塩こんぶのサラダ 豆乳スープ フルーツ	米 片栗粉 じゃがいも、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚ひき肉、牛ひき肉、卵、木綿豆腐 豆乳	たまねぎ、にんじん ブロッコリー、もやし、にんじん、塩こんぶ ほうれん草、はくさい、たまねぎ、にんじん バナナ	ケチャップ、中濃ソース、コンソメ コンソメ しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃのポンデケーキ	白玉粉、ホットケーキミックス	牛乳 豆乳、チーズ	かぼちゃ	パセリ粉
18 水	昼食	ごはん 豚肉の塩だれ炒め ★ひじきとツナの卵焼き ほうれん草のナムル わかめスープ フルーツ	米 油、片栗粉 ごま、砂糖、ごま油	豚肉 卵、ツナ缶	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、レモン果汁 ひじき ほうれん草、もやし、にんじん たまねぎ、えのき、ねぎ、わかめ バナナ	みりん、中華だし、塩 しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、中華だし 中華だし
	午後おやつ	牛乳 フレンチトースト	食パン、砂糖	牛乳 卵、豆乳		
19 木	昼食	わかめごはん 鮭の塩焼き さつまいもの甘煮 ハムサラダ 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも、砂糖 ごまドレッシング	さけ ハム 木綿豆腐、みそ	ブロッコリー、にんじん、きゅうり たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	わかめふりかけ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 コーンパン	ホットケーキミックス、砂糖、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 絹豆腐	コーン	
20 金	昼食	ごはん 鯖の漬け焼き きんぴらごぼう ほうれん草のツナ和え きのこの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、片栗粉 砂糖、ごま、ごま油 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） ツナ缶 みそ	れんこん、ごぼう、にんじん ほうれん草、キャベツ、にんじん たまねぎ、えのき、しめじ、わかめ グレープフルーツ（0・1歳児はバナナ）	しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン	牛乳 卵		
21 土	昼食	しょうゆラーメン かぼちゃのごまあえ ブロッコリーのマヨサラダ フルーツ	中華めん ごま、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ かぼちゃ ブロッコリー、キャベツ、にんじん	中華だし、しょうゆ しょうゆ 塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
24 火	昼食	ごはん チキン南蛮 こぶき芋（カレー） 小松菜のツナサラダ キャベツのスープ フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、片栗粉、砂糖、油 じゃがいも	鶏もも肉、卵 ツナ缶	たまねぎ こまつな、はくさい、コーン たまねぎ、キャベツ、にんじん オレンジ	酢、しょうゆ、塩、パセリ粉 塩、カレー粉 しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 鮭と揚げ玉のおにぎり	米、天かす、ごま	牛乳 さけ	しそ	だし汁、みりん、塩
25 水 世界の食卓（ロ）	昼食	ビーフストロガノフ 焼きかぼちゃ オリヴィエサラダ フルーツ	米 マカロニ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛肉	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、しめじ かぼちゃ にんじん、キャベツ、コーン、レッドキャベツ オレンジ	ハヤシルウ、パセリ粉 塩
	午後おやつ	牛乳 ロシアンケーキ	小麦粉、バター、砂糖、粉糖	牛乳 豆乳、卵	りんご缶	キャラメル
26 木	昼食	ごはん 鮭の幽庵焼き 大根の炒り煮 小松菜のおかか和え しめじのすまし汁 フルーツ	米 砂糖、油	さけ 豚肉 糸かつお 木綿豆腐	ゆず だいこん、にんじん こまつな、キャベツ、にんじん たまねぎ、しめじ、ねぎ なし（0～2歳児クラスはバナナ）	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、酒 しょうゆ だし汁、酒、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 唐いももち	さつまいも、片栗粉、砂糖、バター	牛乳 豆乳、きな粉		

27 金	昼食	ごはん 鯖の生姜焼き ブロッコリーとひじきのソテー パスタサラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、油 スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さわら ツナ缶 ハム みそ	ブロッコリー、コーン、ひじき にんじん、きゅうり かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、おろししょうが しょうゆ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 練乳いちごパン	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳	いちごジャム	ドライイースト
28 土	昼食	チーズ豚丼 じゃがいものおかか焼き もやしナムル 豆腐のすまし汁 フルーツ	米、砂糖 じゃがいも ごま油	豚肉、チーズ 糸かつお 木綿豆腐	たまねぎ、しめじ もやし、こまつな、にんじん たまねぎ、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 中華だし だし汁、酒、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
30 月	昼食	ごはん 鯖の味噌マヨ焼き 厚揚げのねぎ焼き チンゲン菜のしらす和え 大根のすまし汁 フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	さわら、みそ 厚揚げ しらす干し うすあげ	ねぎ チンゲン菜、キャベツ、にんじん だいこん、たまねぎ バナナ	みりん しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 さつまいもの蒸しパン	ホットケーキミックス、さつまいも、砂糖、油	牛乳 牛乳、卵		

※献立は変更になる場合があります。
★は新メニューです。